

FASUL EDUCACIONAL **(Fasul Educacional EaD)**

PÓS-GRADUAÇÃO

NUTRIÇÃO CLÍNICA E ESPORTIVA

EMENTÁRIO

NUTRIÇÃO CLÍNICA E ESPORTIVA

Ementas

DISCIPLINA: PRINCÍPIOS E FUNDAMENTOS DA NUTRIÇÃO
EMENTA
Conceitos de Alimentação Saudável; Nutrição e Ciclos de Vida; Distúrbios Nutricionais Frequentes na População Adulta.
BIBLIOGRAFIA
• BISSON, Marcelo P. Farmácia Clínica e Atenção Farmacêutica. São Paulo: Medfarma, 2003.cap. 2, p70 - 110. • BRINCKS LF. Judicious use medication in children. J pediatr (Rio) 2003; 79 :107- 114. • COHEN, M. Epidemiology of drug resistance: implications for a post- antimicrobial era. Science,[S.], v.257, p.1050-1055,1992.

DISCIPLINA: NUTRIÇÃO E DIETÉTICA
EMENTA
Fisiologia da Nutrição e Bioquímica; Terapia Nutricional Aplicada em Saúde e Doença; Acompanhamento Nutricional; Segurança Alimentar e Controle de Qualidade.
BIBLIOGRAFIA
• BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Cadernos de Atenção Básica – Hipertensão Arterial Sistêmica. Brasília, 2006. • CUPPARI, L. Guia de nutrição: nutrição clínica no adulto. 3. ed. Barueri: Manole, 2005. • NUNES, M. A.; APPOLINARIO, J. C.; ABUCHAIN, A. L. A.; COUTINHO, W. Transtornos alimentares e obesidade. Porto Alegre: Artes Médicas, 1998.

DISCIPLINA: FISIOLOGIA DO EXERCÍCIO
EMENTA
Índices e Conceitos Relacionados à Fisiologia do Exercício; Treinamento em Musculação; Treinamento da Força Muscular.
BIBLIOGRAFIA
• ADAMS, John Crawford; HAMBLÉN, David L. Manual de Ortopedia. 11 ed. Porto Alegre: Artes Médicas, 1994. • DANTAS, Esté H.M. A prática da educação física. 5 ed. Rio de Janeiro: Shape, 2003. • GUEDES, D. P. Jr. Musculação: estética e saúde feminina. São Paulo, Phorte, 2003.

DISCIPLINA: NUTRIÇÃO E EXERCÍCIO
EMENTA
Este curso explora a relação entre nutrição e desempenho físico, abordando o papel dos macronutrientes (carboidratos, proteínas e gorduras) no exercício, estratégias de

hidratação e suplementação para otimização da performance. Serão discutidos os efeitos da alimentação no pré, intra e pós-treino, visando a recuperação muscular, aumento de energia e prevenção de lesões. Além disso, o curso inclui estudos de caso e protocolos para diferentes modalidades esportivas.

BIBLIOGRAFIA

- BALONE G. J. Anorexia Nervosa (2003).
- CERASOLI, Julianne. Casal perfeito: carboidratos + proteínas. Revista SuperAção, editora Multiesportes, n. 43. Abril/2010.
- SHIMADA, Daniela. Hidratação no espor-te e no futebol. 2010.

DISCIPLINA:

ASPECTOS MACRO E MICRONUTRICIONAIS NOS DESPORTOS

EMENTA

Aspectos Macro e Micronutricionais; Fisiologia da Nutrição e Bioquímica; Noções Básicas de Nutrição Desportiva; Conceitos de Alimentação Saudável.

BIBLIOGRAFIA

- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Caderno de Atenção Básica – Obesidade. Brasília, 2006.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Cadernos de Atenção Básica - Prevenção clínica de doença cardiovascular, cerebrovascular e renal crônica. Brasília, 2006.
- BRASIL. Ministério da Saúde. Secretaria de Atenção à Saúde. Departamento de Atenção Básica. Cadernos de Atenção Básica – Diabetes Mellitus. Brasília, 2006.

DISCIPLINA:

DIETOTERAPIA EM DISTÚRBIOS DO METABOLISMO E ESTRESSE OXIDATIVO

EMENTA

Síndrome Metabólica e Estresse Oxidativo Celular; Metabolismo Energético; Hipertireoidismo.

BIBLIOGRAFIA

- HERMSDORFF, HELEN HERMANA M; BRESSAN, JOSEFINA. Genômica Nutricional nas Doenças Crônicas Não Transmissíveis. Rio de Janeiro: Rubio, 2019.
- LANCHA JÚNIOR, ANTÔNIO HERBERT; LANCHA, LUCIANA OQUENDO PEREIRA. Nutrição e Metabolismo: Aplicados à Atividade Motora. São Paulo: Atheneu, 2012.
- FUNG, JASON. O Código da Obesidade: Decifrando os Segredos da Prevenção e Cura da Obesidade. São Paulo: nVersos, 2019.

DISCIPLINA:

METABOLISMO HORMONAL

EMENTA

Metabolismo, mecanismo de ação dos hormônios e regulação hormonal e o aparelho reprodutor feminino.

BIBLIOGRAFIA

- BERNE, R.M.; LEVY, M.N. Fisiologia. 3.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1996
- TAKADA, A.F. A. J, Miriam. O Tecido Adiposo Como Centro Regulador do Metabolismo. researchgate, 2006. Disponível em: <https://www.researchgate.net/profile/Miriam-Fonseca->

Alaniz/publication/7016716_The_adipose_tissue_as_a_regulatory_center_of_metabolism/links/55145d360cf283ee08356475/The-adipose-tissue-as-a-regulatory-center-of-metabolism.pdf

- GUYTON, A.C.; HALL, J.E. Tratado de fisiologia médica. 9.ed. Rio de Janeiro: Guanabara Koogan, 1997.

DISCIPLINA:
SUPLEMENTAÇÃO E DESEMPENHO NO ESPORTE
EMENTA
Suplementação com creatina; Suplementação com Beta - Alanina; Suplementação com aminoácidos de cadeia ramificada (ACR); Suplementação com whey protein
BIBLIOGRAFIA
• ADEVA-ANDANY, M. M.; LÓPEZ-MAIS-DE, L.; DONAPETRY-GARCÍA, C.; FERNÁNDEZ-FERNÁNDEZ, C.; SIXTO-LE-AL, C. Enzymes involved in branchedchain amino acid metabolism in humans. Amino Acids. 2017;49(6):1005-1028. • BARNETT, C.; HINDS, M.; JENKINS, D. Effects of oral creatine supplementation on multiple sprint cycle performance. Aust J Sci Med Sport. 1996;28(1):35–9. • CASAZZA, G. A.; TOVAR, A. P.; RICHARDSON, C. E.; CORTEZ, A. N.; DAVIS, B.A. Energy Availability, Macronutrient Intake, and Nutritional Supplementation for Improving Exercise Performance in Endurance Athletes. Curr Sports Med Rep. 2018;17(6):215–23.